ATLETISM

DE CE SĂ NE ÎNTOARCEM UNDE ERAM CU ANI ȘI ANI ÎN URMĂ?

Vîntul și pista de elan de la lungime și triplu au fost desigur adversari dificili la Cluj, pentru concurenții anumitor probe. Aceasta explică rezultatele sub posibilitățile actuale ale unora dintre atleți. Au existat însă și alte probe la care nu s-a mai plătit „tribut" vîntului și nici pistei și totuși rezultatele n-au fost cele promise.

La 400 m garduri, de pildă, rezultatele înregistrate sînt aidoma celor de acum 8—9 ani; la disc, în afara lui Naghi și Sălăgean (nici ei în cea mai bună formă), concurenții au obținut cifre mai slabe decît recordul, din 1932, al lui Petre Havaleț; la 5000 m, Iordache, al treilea clasat cu un record personal, ne-a reamintit că Nic. Bunea fugise, încă acum 13 ani, 14:42,0! La greutate, cu rezultatul său din 1937 (14,31 m) Nicolae Gurău ar fi urcat pe podiumul premianților, iar la 400 m, cum am mai arătat, al treilea clasat a avut 50,0 sec! Spunea Ion Wiesenmayer, fost campion al acestei probe și încă recordman, din 1957, că chiar și acum, la peste 40 de ani, cu numai cîteva luni de antrenament, poate că tot ar reuși să se califice pentru o finală de campionat la 400 m!!!

Întrecerile de la Cluj ne-au dovedit, o dată în plus, că în atletism contăm doar pe unul-doi, cel mult trei sportivi de o valoare ceva mai bună, decalajul de rezultate dintre aceștia și ceilalți fiind pregnant evidențiat de rezultatele obținute. Dacă la fete, la cele mai multe probe, se poate constata apariția unor talente autentice (Goth, Baciu, V. Anghel, Cîrstea, Anghelescu, Stoenescu etc.), la băieți stăm încă nepermis de slab. Comportarea juniorilor Hidioșanu, Puiu, Rusu și altora care au depășit de curînd vîrsta junioratului, Costache, Perța etc. nu este în măsură să ne facă să privim liniștiți evoluția viitoare a atletismului nostru.

Ne gindim, și trebuie să ne gîndim cu toții, că pînă la Jocurile Olimpice din Mexic au mai rămas doar doi ani / Cîți dintre atleții noștri vor fi în măsură să fie selecționați și să se comporte la înălțime la viitoarele întreceri olimpice? Este o întrebare la care nu știm cum pot răspunde consiliile celor mai multe dintre cluburile noastre, antrenorii și profesorii de educație fizică, activiștii atletismului din regiuni.



Elisabeta Baciu, autoarea recordului de junioare pe 800 m — 2:08,6.

Foto: P. Romoșan

Situația atletismului nostru a fost analizată, nu o singură dată, în fel și chip. Și, de fiecare dată, s-au constatat cauzele care frînează un progres la nivelul cerințelor internaționale și, tot de fiecare dată, au fost stabilite planuri concrete de măsuri pentru remedierea situației, pentru impulsionarea activității generale. Dar, după cum se constată din activitatea practică, întocmim planuri excelente pe care, apoi, nimeni nu se mai luptă să le realizeze! De aceea multe din acțiunile bune inițiate, în diferite perioade, de depistare a elementelor talentate n-au avut continuitate și au fost abandonate cu mult mai înainte de a fi dat primele roade. Marile performanțe nu se fac, bătînd din mîini. Pentru a le obține trebuie răbdare, perseverență și muncă, foarte multă muncă de calitate!

ROMEO VILARA

FOTBAL

Știința Craiova—S.K.A. Rostov 2-1 (1-0)

CRAIOVA *(prin telefon)*. — Așteptat cu mult interes la Craiova, cel de-al doilea meci susținut în țara noastră de către echipa sovietică a atras pe stadion un mare număr de spectatori. Ei au aplaudat la scenă deschisă un joc frumos, apreciind forma bună în care se găsesc studenții craioveni, „gata — așa cum ne spunea antrenorul Teodorescu — să ia un start bun în campionatul care se apropie".

Partida a început în nota de dominare a gazdelor, în timp ce oaspeții au jucat prudent, stăvilind atacurile întreprinse de fotbaliștii craioveni. În minutul 5, totuși, în urma unei combinații frumoase, craiovenii deschid scorul prin extremul dreapta Mihăilescu care a reluat în gol mingea primită de la Sfîrlogea. După acest gol sovieticii ies la atac, inițiază cîteva acțiuni reușite, dar apărarea echipei craiovene este la post. Pînă la sfîrșitul reprizei publicul asistă la un joc spectaculos, deschis, în care echipele fac multă risipă de energie.

În repriza a doua oaspeții intră hotărîți pe teren, forțînd egalarea, pe care o realizează în minutul 50, la o învălmășeală în fața porții craiovene, cînd Burov trimite mingea în plasă. În continuare se ratează ocazii bune de ambele părți. În minutul 54 Kucinscos trimite greșit o minge „acasă", care este interceptată de Sfîrlogea, acesta nemaiavînd altceva de făcut decît s-o introducă în poartă.

Pînă la terminarea meciului sovieticii practică un joc combinativ, spectaculos, cu pase rapide, dar apărarea precisă a studenților face ca rezultatul să rămînă favorabil gazdelor.

ROMICĂ ȘULȚ - coresp. reg.

Ce-ar fi să mai răsfoim regulamentul?

N-am notat minutul în care s-a produs faza despre care ne vom ocupa mai jos. De altfel, nici n-are importanță, nefiind vorba în rîndurile de față de o cronică sportivă. Dar, fără îndoială, spectatorii care au văzut meciul de fotbal dintre Rapid și Știința București au reținut această fază petrecută în repriza a doua: de la 20 metri de poartă, Cicu, unul dintre mijlocașii echipei Știința București, a executat cu toată forța o lovitură liberă, pe care Răducanu, portarul Rapidului, printr-un salt spectaculos a respins-o cu pumnul în corner.

Fază frumoasă și... aplaudată chiar de unii dintre spectatori care nu și-au dat seama de fundamentul total greșit pe care a fost construită ea. Ea a fost urmarea necunoașterii regulamentului atît de către Cicu, cît mai ales de către Răducanu, portarul echipei de categorie A, Rapid. Fiindcă, la această fază, n-a fost vorba de O LOVITURĂ LIBERĂ DIRECTĂ, CI DE O LOVITURĂ LIBERĂ INDIRECTĂ. Deci, șutul tras direct în poartă de către Cicu nu a avut nici un fel de rațiune. Iar intervenția aparent... salvatoare a lui Răducanu a fost și mai greșită. Dacă ar fi lăsat ca mingea să intre în plasă, ar fi fost.. aut de poartă. Atît și nimic mai mult! Pe cînd așa, Răducanu, încercînd să respingă șutul, a riscat să atingă mingea și ea să se ducă în plasă, realizîndu-se astfel condițiile unui gol valabil.

Tot sîntem în epoca pregătirilor pentru noul campionat. N-ar fi rău ca jucătorii să mai răsfoiască și regulamentul. Unele lucruri, după cum se vede, nu sînt cunoscute îndeajuns. Sau pot fi uitate. Ce-ar fi ca antrenorii să se gîndească și la alte aspecte. Ar fi în favoarea jucătorilor de care se ocupă, a jocului, a disciplinei pe teren...

JACK BERARIU

MECI INTERNAȚIONAL

METALUL HUNEDOARA — M.I.K. (IUGOSLAVIA) 2-1 (0-0)

În primul meci din turneul pe care îl întreprinde în țara noastră formația iugoslavă M.I.K. din Skoplje a întîlnit la Hunedoara echipa locală Metalul. Jocul a fost deosebit de disputat, cu multe faze spectaculoase. În prima parte s-au remarcat cei doi portari, Kiron — M.I.K. și Ghețan — Metalul care au apărat șuturile periculoase ale înaintașilor. După pauză, gazdele s-au impus mai mult în atac și au înscris de două ori prin Dobîndă (min. 47) și Bekeli (min. 49). Pentru oaspeți a marcat Andovredin (min. 88). A arbitrat M. Ostaficiuc — Deva.

VOICU ALBU — coresp.

NOI ARBITRI LA SATU MARE

Colegiul de arbitri din orașul Satu Mare a organizat un curs pentru pregătirea de noi arbitri de fotbal. Lecțiile au fost ținute de arbitri cu experiență: I. Pop, Alexandru Nuti, Gavril Farcaș și Gh. Anderco.

Recent, a avut loc examenul teoretic, care a fost trecut cu succes de cursanții Aurel Mihnea, Vasile Ambruș, Mihai Batas și Iosif Taar.

ZOLTAN COVACI — coresp.

CĂLĂRIE

„Cupa României"

Săptămîna aceasta, amatorii de întreceri hipice din Constanța vor avea prilejul să asiste la dispute spectaculoase. Timp de trei zile — vineri, sîmbătă și duminică — stadionul 1 Mai va găzdui cea de a doua ediție a „Cupei României" la obstacole. În program figurează probe rezervate seniorilor, juniorilor și fetelor, precum și pe echipe.

Comisia de organizare a acestei importante competiții hipice a invitat să participe sportivi de la cluburile bucureștene Steaua, Dinamo și Știința, de la C.S.M. Sibiu, Petrolul Ploiești, C.S.M.S. Iași, precum și de la asociațiile sportive Progresul Craiova și Recolta Mangalia. Astfel, publicul constănțean va putea admira evoluția maeștrilor sportului Vasile Pinciu, Gheorghe Langa, Oscar Recer și Constantin Vlad, ale sportivilor fruntași Aurelian Stoica, Mircea Stancu, H. Müller, Liliana Nițulescu, Manuela Bogza, Mihaela Georgescu, Emilia Podaru, Gabriela Ionescu. De asemenea, pe foile de concurs au fost înscriși membrii lotului republican de juniori: Gheorghe Moiseanu, Alexandru Bozan, Ion Popa și Ștefan Teodorescu.

Pronoexpres • Loto

PREMIILE CONCURSULUI PRONOEXPRES Nr. 31 DIN 3 AUGUST 1966

Categoria a II-a: 1 variantă a 33.431 lei și 8 variante a 8.431 lei.

Categoria a III-a: 40 variante a 2.042 lei.

Categoria a IV-a: 371 variante a 283 lei.

Categoria a V-a: 1184 variante a 88 lei.

Categoria a VI-a: 5635 variante a 25 lei.

Report la categoria I: 45.043 lei.

Premiul de 25.000 lei atribuit unei variante de la categoria a II-a va fi tras la sorți, astăzi miercuri 10 august a.c. după tragerea Pronoexpres care va avea loc la București în str. Doamnei nr. 2.

LOTO

La tragerea premiilor mari Loto din 9 august 1966 au fost extrase din urnă următoarele numere:

FAZA I: (bilete de 10 și 20 lei)

Extragerea I	83	85	62
Extragerea a II-a	79	68	35
Extragerea a III-a	76	51	66
Extragerea a IV-a	47	77	10
Extragerea a V-a	25	14	76

FAZA a II-a: (bilete de 8 și 20 lei)

Extragerea a VI-a	40	57	26
Extragerea a VII-a	32	51	68
Extragerea a VIII-a	12	14	53
Extragerea a IX-a	90	24	14

FAZA a III-a: (bilete de 4 lei)

Extragerea a X-a	19	22	72
Extragerea a XI-a	34	68	30

FAZA a IV-a: (bilete de 2 și 20 lei)

Extragerea a XII-a	6	73	23

Fond de premii: 1.695.921 lei.

Rubrică redactată de Administrația de stat Loto-Pronosport.

Practicați gimnastica de dimineață la domiciliu (I)

Inaugurăm în acest număr o rubrică solicitată de mulți dintre cititorii ziarului nostru, oameni ai muncii de toate vîrstele, de toate profesiile. Titlul ei: „Practicați gimnastica de dimineață la domiciliu"...

Asupra utilității gimnasticii aproape că nu mai este necesar să insistăm. Au scos în relief valoarea acestei activități numeroși medici specialiști, metodiști, profesori și antrenori. Este binecunoscut faptul că exercițiile fizice practicate metodic, la începutul fiecărei zile, constituie mai mult decît o simplă înviorare. Ele au rolul de a activa treptat, de a stimula și de a adapta organismul la un ritm viu de activitate. Este un mijloc pe cît de ideal pe atît de simplu, la îndemîna tuturor de a-și păstra și întări sănătatea.

Materialul de față din rubrica noastră se adresează preșcolarilor. Vom continua cu materiale adresate școlarilor, tineretului, tuturor categoriilor de vîrste. Vom prezenta, de asemenea, o serie de exerciții speciale pentru femei.

Nădăjduim să împlinim astfel o cerință, să răspundem — așa cum aminteam la început — unor repetate solicitări.

Exerciții pentru preșcolari

I. Distanță circa 15 metri. Ritm vioi; *A*—5 metri mers pe vîrfuri cu brațele la ceafă; *B*—același exercițiu cu brațele aduse și „legate" deasupra capului; *C*—același exercițiu cu rotări de brațe (întinse spre spate). Capul sus, spatele drept.

II. A — stînd drepți; *B* — stînd cu picioarele depărtate și brațele sus; *C* — se numără 1—2 și copilul face cîte o „îndoire" laterală la dreapta; *D*—fără oprire același exercițiu la stînga.

III. mers circa 10 metri pe patru labe, cu spatele drept, cu brațele și picioarele perfect întinse. Ritmul — de la lent la accelerat, în mod progresiv.

IV. A — patru timpi inspirație profundă pe nas cu ducerea brațelor lateral; *B* — patru timpi expirație profundă pe gură cu ducerea brațelor jos de patru ori complet.

V. A — din poziția stînd drepți, ridicarea piciorului stîng, îndoit la piept cu ducerea brațelor lateral. Se numără patru timpi; *B* — revenire; *C* — același exercițiu cu piciorul drept; *D* — revenire.

VI. A — din stînd drepți; *B* — îndoirea genunchilor desfăcuți cu trecere pe vîrfuri și brațele la ceafă; *C* — ridicarea la loc, în poziția inițială, cu brațele dispuse lateral.

VII. A — stînd drepți cu brațele lîngă corp; *B* — aplecarea trunchiului înainte cu brațele întinse; *C* — ridicarea trunchiului cu ducerea brațelor lateral; *D* — revenire.

Observație: fiecare grup de exercițiu se repetă de cîte 6 ori.

Comentariul medicului...

Orice copil preșcolar are nevoie să învețe anumite exerciții simple de gimnastică, pe care să le poată executa acasă, sub supravegherea părinților.

Deoarece copiii mici aleargă foarte mult, exercițiile vor fi orientate tocmai în această direcție.

Mersul pe vîrfuri combate apariția piciorului plat prin întărirea musculaturii boltei plantare. Rotările de brațe întăresc umerii, ajută la o respirație mai profundă. Acest exercițiu coordonează și mersul cu respirația.

Indoirile laterale întăresc musculatura abdominală transversă, care — în general — este deficitară la copiii mici.

Mersul pe patru labe cu brațele și genunchii întinși întărește substanțial musculatura brațelor și a antebrațelor.

Exercițiul de respirație, atît de necesar, se poate intercala la fiecare copil de mai multe ori în cadrul lecției de gimnastică.

Exercițiul „stînd ca barza" ajută la formarea simțului de echilibru, care este încă slab la copii. El se ameliorează o dată cu vîrsta.

Genuflexiile, dacă sînt corect executate, colaborează la menținerea echilibrului și a coordonării, întărind în același timp și musculatura picioarelor.

Flexia și extensia trunchiului întăresc musculatura spatelui, ceea ce are o mare importanță pentru o ținută corectă.

Acest program simplu se poate executa chiar de două ori pe zi sub formă de joacă. Copiii învață repede exercițiile și le execută cu plăcere. Este recomandabil ca gimnastica să se facă vara în aer liber iar iarna într-o cameră foarte bine aerisită

